

いちごマフィン

~いちごのマフィン 8個分~

《栄養成分》

いちごマフィン 1個あたり73kcal たんぱく質 0.946g 塩分 0.143g バナナマフィン 1個あたり78kcal たんぱく質 0.9g 塩分 0.143g

フルーツの代わりにココア小さじ2杯と半卵40g□トッピング用にたんぱく調整チョコレート 1枚を包丁でごく薄く切ってチョコレートマフィンが出来ます。

アイビーさんレシピ20100817